

17.03.2021

Правила заняття

- вимкнути мобільні телефони;
- правило «тут і зараз»;
- правило «піднятої руки»;
- правило добровільної активності;
- говорити по черзі, не перебиваємо;
- не критикувати;
- бути толерантними;
- правило «вільної ноги».

Є звички - квітки, звички - як дуби, є гарні звички,
звички є погані. Вони сильніші за людей, а люди -
їх раби, схиляють голови, наче каторжани.

«Корисні та шкідливі звички»



17.03.2021

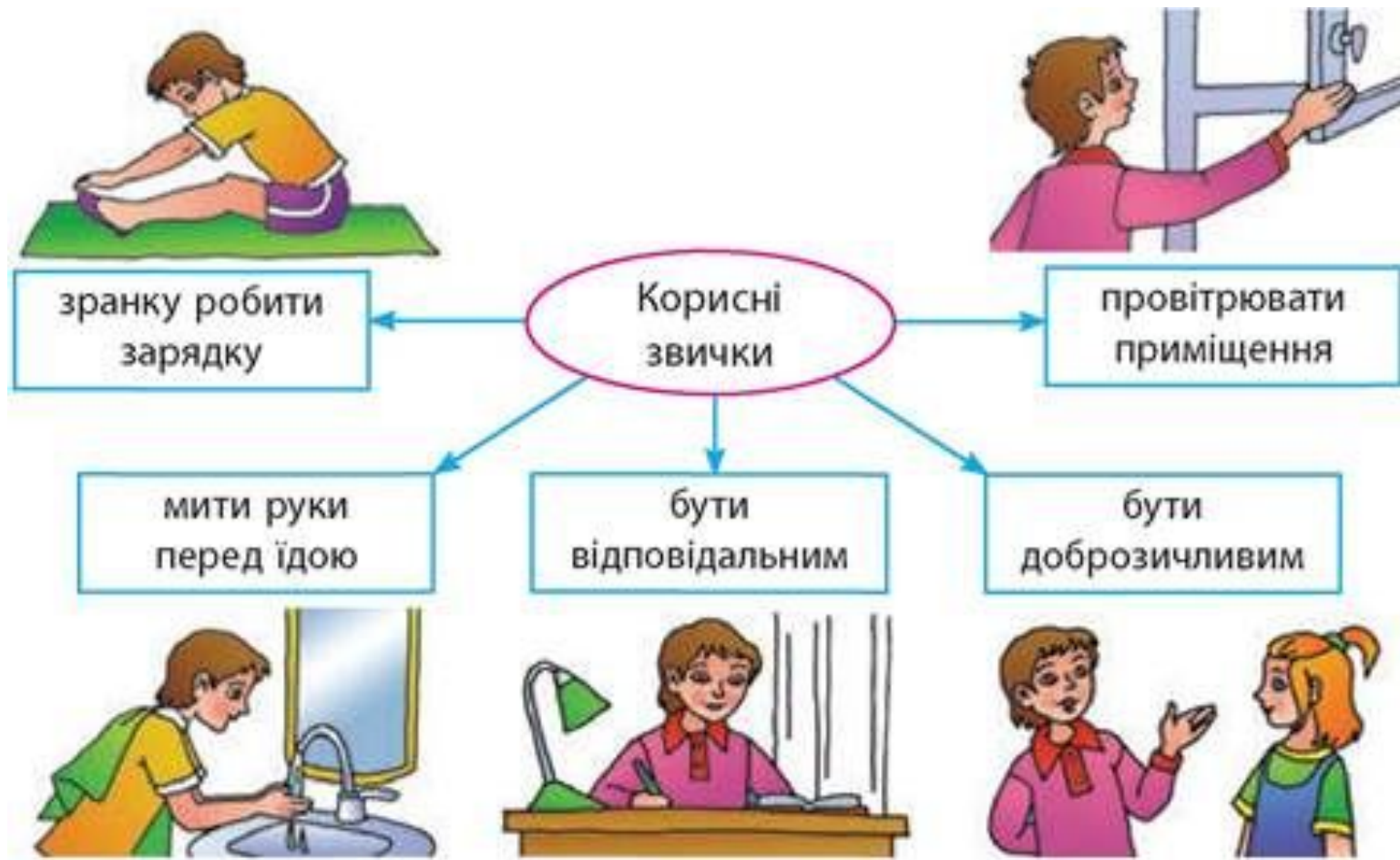
Країна «Знайомство»

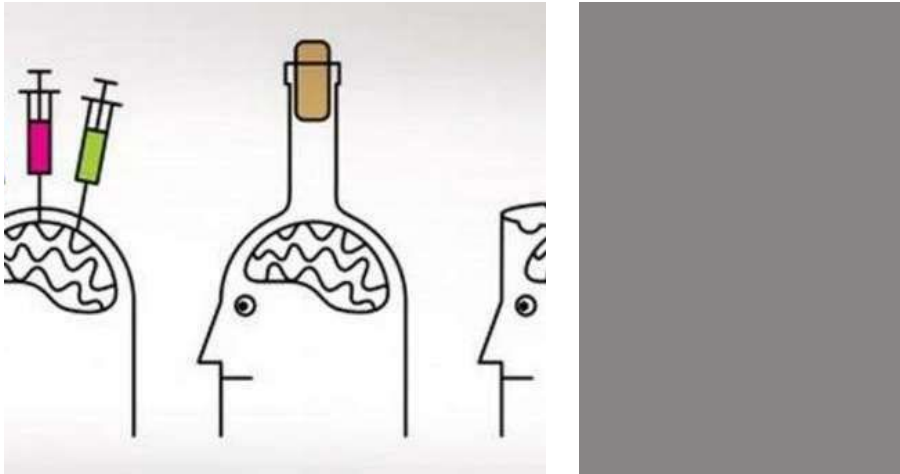


Звичка – це спосіб дії,
поведінки, що став для людини
постійним,
звичним, характерним саме
для неї



17.03.2021





Асоціативний куцц



Корисні
звички

Асоціативний куц

Шкідливі
звички



Гра

« Корисно –
шкідливо »



© О. Гродзінька

Країна «Корисні звички»»







- ▶ пунктуальність,
- ▶ охайність,
- ▶ ввічливість,
- ▶ заняття спортом,
- ▶ виконання ранкової гімнастики,
- ▶ дотримання правил особистої гігієни
- ▶ дотримуватись режиму дня
- ▶ бути доброзичливим
- ▶ вітатися під час зустрічі
- ▶ більше сміху та позитивних емоцій
- ▶ вживати корисну їжу
- ▶ спати не менше 7 годин
- ▶ бути активним
- ▶ старанно вчитися

► Фізкультхвилинка



► Країна «Шкідливі
ЗВИЧКИ»





Шкідливі звички

облизую пальці,
гризу нігті,
сьорбаю, коли їм,
колупаюся в носі,
кидаю сміття,
сварюся,
не реагую на зауваження,
б'юсь,
не допомагаю вдома,
лінуюся прибирати,
багато сиджу за комп'ютером,
телевізором,
пізно лягаю, не буваю на вулиці,
не люблю митися і прати білизну,
їм багато солодкого,
не роблю гімнастику, пробував курити

Завдання 3. Розшукай слова

Знайдіть по горизонталі та вертикалі корисну та шкідливу їжу, запишіть у відповідні таблицьки

Ч	Р	М	О	Л	О	К	О
І	И	С	И	Р	Ю	О	В
П	Б	Х	Л	І	Б	Л	О
С	А	М	Я	С	О	А	Ч
И	Ф	Р	У	К	Т	И	І
С	О	С	И	С	К	И	Г
М	А	Й	О	Н	Е	З	Я
С	У	Х	А	Р	И	К	И

Корисні продукти

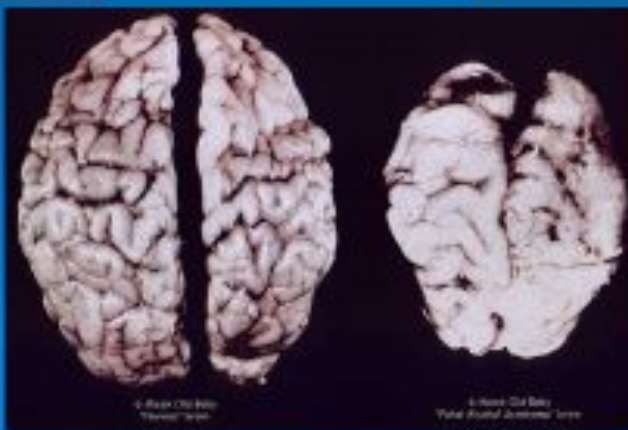
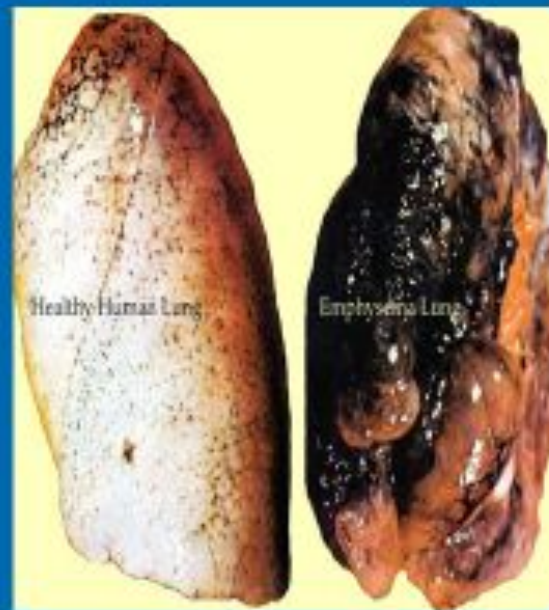
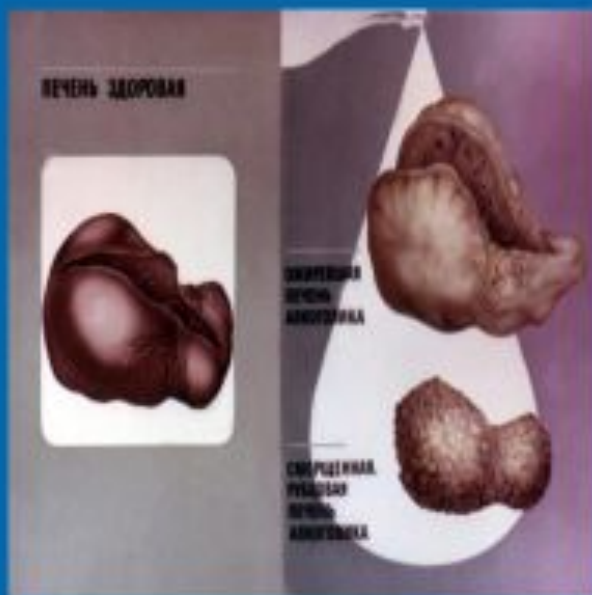
Шкідливі продукти

Block Border Clips

Алкоголізм – це важка недуга. На неї хворіють ті, хто часто вживає спиртні напої.



Майже всі алкоголіки страждають на цироз печінки, туберкульоз легенів. Від алкоголю страждають усі внутрішні органи, а також головний мозок



Куріння впливає на легені, спричиняє кашель

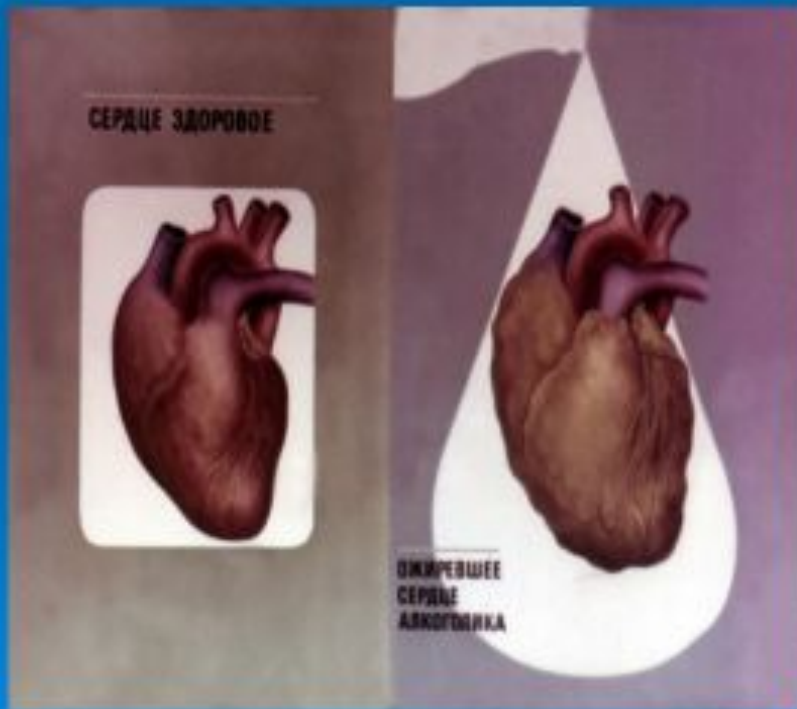
Легені здорової людини



Легені
курця



Нікотин – надзвичайно сильна отрута, яка діє на нервову систему і травлення. Нікотин утруднює роботу серця. Від диму сигарет жовтіють зуби й пальці, з рота неприємно пахне



Курити не модно - модно бути здоровим!



Вправа
«Замінник
шкідливим
звичкам»»



21 день до нової звички!

Протягом цих трьох тижнів я почну:

назва корисної звички

Це важливо для мене, тому що: _____

Я ЗРОБЛЮ ЦЕ, АДЖЕ: Я це можу У мене є підтримка
 Я заслуговую на це

1-й тиждень



Зафарбуйте

2-й тиждень



клітинки у дні,

коли ви

дотримувалися

3-й тиждень



корисної звички

МОЛОДЕЦЬ!



ВІТАЮ!



Дякую за увагу!